

# ステップアップ便り

## ☆活動報告

2016. 10月

### 調理実習 ビビンバ丼とわかめスープ



皆で美味しく頂きました♪



### 女・子・会 ♥ (第2回)



今回の女子会は志免にある  
日本最大級のTSUTAYAと  
併設しているオープンカフェで  
ランチしました。  
ピザが 350 円からでした♪

### スポーツ (ソフトバレー) 🍷

10月のソフトバレー大会に向けほのぼのHaKaTaと合同練習をしました☆



## 2016年10月の活動予定



日	月	火	水	木	金	土
						1 休み
2 休み	3	4	5	6 調理実習 マーボー丼 10:30~	7	8 開所日 10:00 ~ 15:00
9 休み	10 休み 体育の日	11	12	13 女子会 相談室にて 14:00~	14	15 休み
16 休み	17	18	19 ソフト バレー大会 9:00 集合	20	21	22 開所日 10:00 ~ 15:00
23 休み	24 30 31 休み カラオケ	25	26	27 音楽の日 15:40~	28	29 休み

※予定が変更になる事があるため電話で確認後、来所して下さい。

(施設利用)

・月曜日～金曜日

10時から17時30分

・第2・第4土曜日

10時から15時

(来所時間)

・月曜日～金曜日

10時から17時

社会福祉法人 福岡あけぼの会  
地域活動支援センター Ⅲ型 ステップアップ  
〒811-2314  
糟屋郡粕屋町若宮1丁目1番17号  
TEL&FAX 092-938-6702